DOCUMENT RESUME

ED 434 101 SP 038 789

TITLE	Family Planning: Bosnian, Russian, Spanish, Nuer.
INSTITUTION	Anoka County Community Health and Environmental Services, Coon Rapids, MN.
PUB DATE	1998-00-00
NOTE	23p.; Translations by Tanya Benic, Shifra Kilov, Lina Mraz, Matt Kueth. Developed in partnership with Allina Health System and Multi-Cultural Educational Services; funded by UCare Minnesota.
AVAILABLE FROM	Multi-Cultural Education Services, 832 104th Lane N.W., Coon Rapids, MN 55433 ($3 plus postage). Tel: 612-767-7786; e-mail: larue@pro-us.net
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom (055)
LANGUAGE	English, Russian, Serbocroatian, Spanish, Nuer
EDRS PRICE	MF01/PC01 Plus Postage.
DESCRIPTORS	Adult Education; *Contraception; *Family Planning; *Females; Health Promotion; Instructional Materials; Pregnancy; Russian; Serbocroatian; Spanish; Uncommonly Taught Languages
IDENTIFIERS	Nuer; *Sexually Transmitted Diseases

ABSTRACT

This guide provides information in English, Bosnian, Russian, Spanish, and Nuer on family planning. Topics covered include a variety of birth control methods: abstinence, condoms, contraceptive foam, birth control pills, the Depo-Provera shot, the Norplant implant, diaphragms, intrauterine devices, natural family planning, sterilization, and the morning after pill. The guide also discusses avoidance of sexually transmitted diseases and recommends yearly Pap smear tests and physical examinations for women over age 18 years or sexually active women. It stresses the importance of consulting a health care provider when deciding to become pregnant or when pregnant. The guide includes descriptive photographs. (SM)

****
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
****

SP

ED 434 101

FAMILY PLANNING

PLANIRANJE PORODICE	Bosnian
ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ	Russian
PLANIFICACION FAMILIAR	Spanish
TIN LA CARKƐ Ɛ JI CEŋ	Nuer

By Anoka County Community
Health and Environmental Services

SP038789

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

☒ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.

☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

BEST COPY AVAILABLE

PERMISSION TO REPRODUCE AND DISSEMINATE THIS MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY

Charles LaBuel

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

FAMILY PLANNING

By Anoka County
Community Health and Environmental Services

Translation By
Tanya Benic
Shifra Kilov
Lina Mraz
Matt Kueth

Photography By Claire Mckinley

Published in 1998

By
Multi-Cultural Educational Services
832 104th Lane NW
Coon Rapids, MN 55433
(612) 767-7786

Family Planning

PLANIRANJE PORODICE

ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ

PLANIFICACION FAMILIAR

TIN LA CARKƐ Ɛ JI CEŋ

Many cultures or individuals value having several children. Many cultures or individuals prefer to have a smaller number of children. This needs to be an individual decision based on individual values, beliefs, and economic status.

Mnoge kulture, kao i mnogi pojedinci, pobornice su porodica sa mnogo djece. S druge strane, postoje kulture, kao i pojedinci, koje zagovaraju porodice sa malim brojem djece. Odluka o broju djece treba da bude individualna i da se zasniva na individualnim vrijednostima, vjerovanjima i ekonomskom stanju.

Многие культуры и люди считают важным иметь несколько детей. С другой стороны, многие культуры и люди предпочитают иметь меньше детей. Этот вопрос нужно решать индивидуально, основываясь на индивидуальных ценностях, убеждениях и экономическом положении.

Para muchas culturas o individuos es importante el tener varios niños. Otras prefieren tener un número menor. Estas necesidades son una decisión individual basada en valores, creencias y nivel económico.

Ciaŋ in cieŋ kɛ rɨw naath dial kiɛ ciaŋ naath kël këlɨ la të kɛ pek gan mɨ la tuɔc kɛ. Ciaŋ in cieŋ kɛ rɨw naath dial kiɛ ciaŋ naath kël këlɨ kiɛ ciaŋ in la naath a rialɨ kä I bɨ kɛ të kɛ gaat tɨ tɔt. Mɛmɛ görɛ yöö bɛ kua car ramɔ kä rɔadɛ, kɛ yöö nɛmɛ te kɔrɛ nɨ kä pek gaan tin cɨ toc I bɨ dap, kuoth in ŋäthɨ, kiɛ mɨ tɨ kɛ kuak (mɨth) tɨ nyin ŋuan.

Some people like to plan how many children they will have or when they will have children. This can be controlled by using a form of birth control. Other names for birth control are contraceptive, family planning, or child spacing.

Neki ljudi planiraju koliko i kada će imati djecu. To se može kontrolisati upotrebom nekih od sredstava zaštite od neželjene trudnoće. Drugi nazivi za sredstva zaštite su kontraceptivna sredstva, sredstva za planiranje porodice, ili sredstva za planiranje djece.

Некоторые люди предпочитают планировать, сколько детей они хотели бы иметь, или время, когда они хотели бы, чтобы дети родились. Это можно контролировать, используя тот или иной способ контроля рождаемости. Иногда вместо выражения "контроль рождаемости" используют такие термины, как "предупреждение беременности", "планирование семьи" или "интервалы между рождениями детей".

Algunas personas prefieren planear cuantos niños tendrán o cuando los tendrán. Esto puede ser posible usando una forma de control de natalidad. Otros nombres para control de Natalidad son: Métodos anticonceptivos, planeación familiar o espaciar los embarazos.

Thaa naath nhɔakɛ ɣöö bi kɛ pek gaan tin bi kɛn kɛ dap rialikä ɛ kän kɛn ni dap kiɛ ɛ nɛy bi kɛ dap kɛ gaatɔ. Nɛmɛ de luaŋ kɛ gaŋ kɛ bɛthkɔntöröl (tin la dap ɛ gaŋ kɛ).

There are many different kinds of birth control. Some forms of birth control also prevent sexually transmitted diseases (STD), but many do not.

Postoji više vrsta sredstava zaštite od neželjene trudnoće. Neka od njih, ali ne i sva, takodjer služe kao zaštita od bolesti koje se prenose polnim putem.

Существует много способов предупреждения беременности. Некоторые из них также могут помочь избежать заражения венерическими болезнями, но большинство для этого неэффективны.

Hay muchas formas diferentes de métodos anticonceptivos. Algunos métodos anti-conceptivos también previenen enfermedades de transmisión sexual (STD en Ingles), mientras otros no lo hacen.

Te kɛ bɛthkɔntöröli tị nyin ŋuan tị göl thịn. Thaa bɛthkɔntörölị bä gaŋ kɛ juạth (STD), kä rịw diɛn /ca juạth gaŋ.

BEST COPY AVAILABLE

The safest form of birth control is abstinence or not having sex. This is also the best way to prevent sexually transmitted diseases.

Najsigurnije sredstvo zaštite od neželjene trudnoće je apstinencija ili uzdržavanje od polnog odnosa. Ovo je, takodjer, i najbolji način da se spriječe bolesti koje se prenose polnim putem.

Самый надежный способ предупреждения беременности — это воздержание от половых отношений. Это также является лучшим способом для избежания заражения венерическими болезнями.

La forma más segura de control de natalidad es la abstinencia o no tener relaciones sexuales. Esta también es la mejor forma de prevenir enfermedades de transmisión sexual.

Bɛthkɔntöröl in luäk naath ɛ lɔŋ ɛ ɣöö bi rɔdu gaŋ kɛ tɔɔc wutkä kiɛ ci bi tɔɔc kɛ wut. Nɛmɛ bä ɛ duɔp mi gɔa mi de ji gaŋ kɛ juäth tin la naath ɛ dɔp rɛi tɔɔckä.

The different forms of birth control may have different side effects. It is important that you understand the different methods and the possible side effects. You can then make the best decision about what method is best for you.

Različita sredstva zaštite od trudnoće imaju različite popratne posljedice. Važno je poznavati različite metode i posljedice njihovog uzimanja. Tek tada se možete odlučiti za metod koji vam izgleda najbolji.

Разные способы предупреждения беременности могут иметь различный побочный эффект. Очень важно, чтобы у вас было четкое представление о таких методах и возможных побочных эффектах. Тогда вы сумеете принять наиболее обоснованное решение о том, какой способ лучше всего подходит вам.

Los diferentes métodos anticonceptivos pueden tener diferentes efectos secundarios. Es importante que usted entienda los diferentes métodos y los posibles efectos secundarios. Solo entonces usted podrá decidir cual de estos métodos es el mejor para usted.

Bɛthkɔntöröli ti ŋuan ti göl läny kɛ rɔdian, kɛ ɣöö thaa diɛn lɛ kɛn ɛ jäny, kä thaa kiɛn lɛ kɛn malɛ thuk. Ɛ mi gɔa ɛn ɣöö deri dakɛ diɛn ŋac kɛnɛ pek in lot rɔdɛ kɛ ji. Kä bi cu car ni min gɔa in lot rɔ kɛ ji.

The following is a brief summary of several different forms of birth control. It is important that you ask your health care provider about the proper use and side effects of each method.

Slijedi kratak pregled nekoliko različitih sredstava zaštite od neželjene trudnoće. Veoma je značajno da se kod medicinskog lica obavijestite o pravilnoj upotrebi i popratnim posljedicama svakog od metoda.

Ниже приводится краткое описание нескольких способов предупреждения беременности. Очень важно, чтобы вы обсудили со своим врачом или другим медработником, как правильно использовать тот или иной способ и какие у них имеются побочные эффекты.

El siguiente es un resumen pequeño de los diferentes métodos de anticonceptivos. Es importante que usted le pregunte a su proveedor del servicio de salud acerca del apropiado uso y efectos secundarios de cada método.

Mɔ bä kɔrɔ ɛ ruac kɛ kuic bɛthkɔntörölɨ tɨ göl. Ɛ mɨ bum bum ɛn yöö derɨ kɨm kiɛ ram min lät duel wäl thiec kɛ lɑt in lël kɛ nɨ kɛ kɛnɛ pek guɑth in bɨ kɛn ɛ naŋ kël këlɨ.

Contraceptive Foam and Condoms
Pjena za kontracepciju i prezervativi
Противозачаточный крем и презервативы
Anticonceptivos de espuma y condones
Tin gaŋ kɛ ran kɛnɛ kɔndɔmni

BEST COPY AVAILABLE

Latex condoms (a sheath that fits over the penis) used in combination with vaginal contraceptive foam during intercourse can be effective in preventing pregnancy **and** sexually transmitted diseases. They must be used correctly and used every time you have sex in order to be effective. A female condom is also available.

Prezervativi od lateksa (navlaka koja se stavi na penis), koji se koriste u kombinaciji sa vaginalnom pjenom za kontracepciju u toku polnog odnosa, efikasno spriječavaju trudnoću i bolesti koje se prenose polnim putem. Moraju se koristiti na pravilan način prilikom svakog polnog odnosa da bi bili efikasni. U upotrebi je i ženski prezervativ.

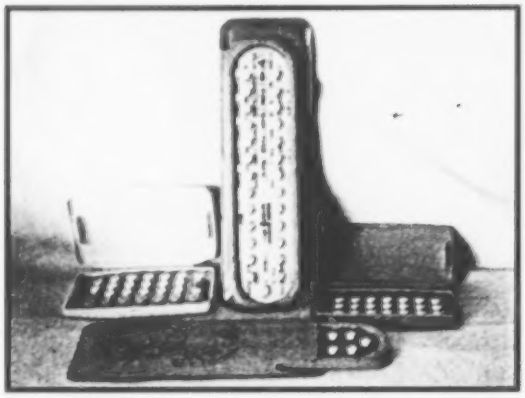
Латексные презервативы (надеваемые на мужской половой орган), используемые при половом сношении вместе с влагалищным кремом, могут оказаться эффективным средством для предупреждения беременности и для защиты от венерических болезней. Их необходимо использовать надлежащим образом при каждом половом сношении, чтобы обеспечить их эффективность. Промышленность также выпускает женские презервативы.

Los condones de látex (Funda de goma sintética (látex) que se coloca sobre el pene) usados en combinación con anticonceptivos vaginales de espuma durante la relación sexual, pueden ser efectivos en la prevención del embarazo y enfermedades de transmisión sexual. Estos métodos deben usarsen correctamente y cada vez que usted tenga una relación sexual en orden de ser eficaces. Condones femeninos también son disponibles.

Condɔm in cɔalị letɛk (ɛ kum mị rɔŋ wị lɔnkä) la ja lạth kɛ rɛi tɔckä mị cị ciëk thɛk thịn kä te rịɛm mị dịt wạnɔ kɛ ɣöö jɛn la ruet ɛ gaŋɛ kɛnɛ juạth tin la naath ɛ dɔp rɛi tɔckä. Ba kɛ dhil ɛ lạth kɛ ɛ gɔa kä ba kɛ lạth ɛ nị mị kän naath rɔdiɛn kä görɛ kɛn ɣöö thilɛ juey mị bị naath käp. Te kɔndɔm nị män thịn bä.

BEST COPY AVAILABLE

Birth Control Pill
Pilule za kontracepciju
Таблетки для предохранения от беременности
Píldora para control de la natalidad
Wal tin maath tin pen kɛ naath dap



Birth control pills (also called "the pill") can be effective in preventing pregnancy. The pill does not prevent sexually transmitted diseases. The woman **must take the pill every day** at approximately the same time in order to be effective. If you have a hard time remembering to take medicine every day this may not be a good choice of birth control for you.

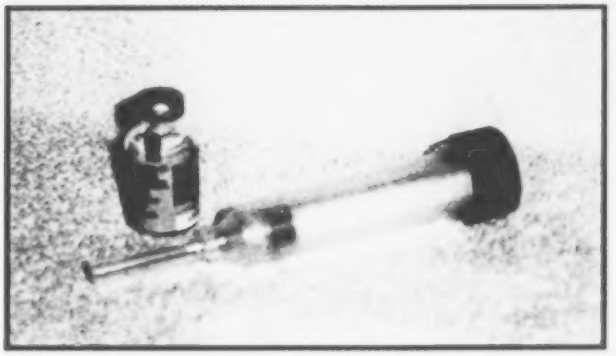
Pilule za kontracepciju (poznate još pod imenom "pilula") efikasne su u sprečavanju trudnoće. Pilule ne mogu spriječiti bolesti koje se prenose polnim putem. Pilule se moraju uzimati svaki dan u približno isto vrijeme da bi efikasno djelovale. Ukoliko imate problema sa redovnim uzimanjem lijekova, ovo za vas možda nije najbolji izbor sredstva za zaštitu od neželjene trudnoće.

Таблетки для предохранения от беременности (их часто называют "pill") могут быть вполне эффективны для предупреждения беременности. Они не предохраняют от заражения венерическими болезнями. Для обеспечения эффективности женщина должна принимать таблетку ежедневно примерно в одно и то же время. Если вам трудно соблюдать такой режим приема лекарств, то вам, может быть, следует выбрать другой способ для предупреждения беременности.

La píldora para el control de la natalidad (también llamada "La píldora") puede ser eficaz en la prevención del embarazo. La píldora no previene enfermedades de transmisión sexual. La mujer debe tomar la píldora cada día y aproximadamente a la misma hora, para que sea eficaz. Si usted tiene problemas recordando tomar medicinas cada día, este método anticonceptivo no sera una buena elección para usted.

Wal tin maath tin pen kɛ ran dap (cɔal kɛ wal tin math) gaŋ kɛ ruet ɛ kɛn. Wal ɛ tɔ/cị kɛn juey gaŋ. Ciäk bɛ wal ɛ mathɛ nị ciaŋ kɛ guạth in ca lạr jɛ mị görɛ ɣöö/cɛ bị ruet. Mị tị kɛ wịc ruec mị dịt a/cị thak in derị math wal ɛ timị, wal ɛ tị/ca rɔdiɛn lot kɛ jị.

Depo-Provera
Depo-Provera
Депо-провера
Depo.Provera
Wal tin tuɔm



Depo-Provera (also called "the shot") is an injection that a woman receives every 90 days to prevent pregnancy. This can be effective in preventing pregnancy but does not prevent sexually transmitted diseases. Once you stop receiving Depo Provera injections it may take a long time to get pregnant again (possibly longer than one year).

Depo-Provera (takodjer poznata pod imenom "shot") je injekcija koju žena prima svakih 90 dana da bi se zaštitila od neželjene trudnoće. Ovo sredstvo je efikasna zaštita od trudnoće, ali ne moze spriječiti bolesti koje se prenose polnim putem. Po prestanku primanja Depo-Provera injekcija, obično prodje dugo vremena prije no što je trudnoća moguća (nekad i duže od godinu dana).

Для предупреждения беременности этот препарат (его часто называют "shot") вводят женщине в виде инъекции через каждые 90 дней. Этот препарат может быть эффективен для предупреждения беременности, но не предохраняет от заражения венерическими болезнями. После прекращения приема этого препарата беременность может не наступать в течение длительного времени (возможно более года)

Depo Provera (también llamado "la inyección") es una inyección que la mujer recibe cada 90 días para prevenir el embarazo. Esta puede ser eficaz en la prevención del embarazo pero no previene de enfermedades de transmisión sexual. Una vez usted pare de aplicarse la inyección de Depo Provera, pueda ser que tome bastante tiempo en quedar embarazada otra vez (posiblemente más de un año).

Wal tin tuɔm (cɔal kɛ tuɔm bä) la tuɔm kɛ nj̈ kɛ ciëk kɛ yöö cɛ bj̈ kulɛ ruet kɛ njn tj̈ jɛn bäŋuan. Nɛmɛ la gaŋɛ nj̈ ruet kä rɔadɛ/cɛ juey mi deji käp gaŋ. Cäŋ kɛl mj̈ cj̈ jɛ wä car I/ca jj̈ bj̈ lɛ tom dzŋ bɛ jj̈ lɛ naŋ guɑth mj̈ bär bj̈ kulɛ ruet (guɑth mj̈ de ruɔn bäl).

Norplant
Norplant
Норплант
Norplant
Nɔrpilɛ̈n (ɛ wäl mi la tuɔm kɛ wukä män)

Norplant consists of six hormone-containing capsules that are placed under the woman's skin, usually on the upper arm. Norplant is very effective in preventing pregnancy up to five years. The capsules need to be inserted and removed by a doctor. Norplant does not prevent sexually transmitted diseases.

Norplant se sastoji od šest hormonskih kapsula koje se stave ispod kože žene, obično u predjelu nadlaktice. Norplant veoma efikasno spriječava neželjenu trudnoću u periodu od pet godina. Ugradjivanje i uklanjanje kapsula vrši doktor. Norplant ne spriječava bolesti koje se prenose polnim putem.

Норплант представляет собой шесть капсул, содержащие гормоны, которые вшивают женщине под кожу, обычно на плече. Это средство очень эффективно для предупреждения беременности на протяжении пяти лет. Капсулы должны вшиваться и удаляться врачом. Это средство не предохраняет от заражения венерическими болезнями.

Norplant consiste en una cápsula que contiene 6 hormonas, la cual es implantada debajo de la piel de la mujer, usualmente en la parte superior del brazo. Norplant es muy efectivo en la prevención del embarazo hasta cinco años. La cápsula necesita ser insertada y extraída por un doctor o medico. Norplant no previene de enfermedades de transmisión sexual.

Nɔrpi̱lɛ̈n la ja yiath kɛ thar räl tin di̱t da̱ŋbäkɛl wukä män kä te rɛidɛ kɛ wäl mi̱ la la̱th kɛ thi̱n. Nɔrpi̱lɛ̈n la ruet ɛ ga̱ŋɛ kɛ kɔr runi̱ da̱ŋ dhiec. Wäl ɛ mɔ görɛ yöö ba jɛ lath ɛ ki̱m kä ba jɛ ka̱m rar ɛ ki̱m bä. Nɔrpi̱lɛn/cɛ juey ga̱ŋ.

Diaphragm
Dijafragma
Диафрагма
Diafragma
Diapiram

12

A diaphragm is a latex cup that the woman inserts just before intercourse. It must be used with spermicidal jelly. It is left in place for six hours after intercourse and is then removed. The cup comes in different sizes and the health care provider needs to determine the appropriate size for each woman. This method is effective in preventing pregnancy. Spermicides do offer some protection from sexually transmitted diseases.

Dijafragma je kapica od lateksa koju žena u sebe stavlja neposredno prije polnog odnosa. Mora se koristiti sa gelom koji ima spermicidno dejstvo. Uklanja se tek šest sati nakon polnog odnosa. Postoje različite veličine dijafragme i medicinsko lice će vam odrediti pravu veličinu. Ovaj metod efikasno spriječava neželjenu trudnoću. Spermicidni gel pruža izvjesnu zaštitu od bolesti koje se prenose polnim putem.

Диафрагма представляет собой латексную чашечку, которую женщина надевает непосредственно перед половым сношением. Одновременно с этим необходимо использовать разрушающий сперматозоиды гель. Диафрагму нужно оставить на шесть часов после полового сношения, а потом извлечь. Диафрагмы выпускаются разных размеров, и поэтому для каждой женщины врач или медработник должны определить нужный ей размер. Этот способ эффективно предупреждает беремен ность. Разрушающий сперматозоиды гель в некоторой степени обеспечивает защиту от венерических болезней

El diafragma consiste en un capuchón de látex que la mujer se introduce justo antes de tener relaciones sexuales. Este método debe usarse con crema o gel espermicida. Déjeselo puesto por seis horas después de tener relaciones sexuales y luego retirelo. Vienen diferentes tamaños de capuchones y el proveedor del servicio de salud necesita determinar el apropiado tamaño para cada mujer. Este método es eficaz en la prevención del embarazo. Los espermicidas ofrecen alguna protección para las enfermedades de transmisión sexual.

Diapiram ɛ duɔr mi ciet ciadɛ kɛ kubay mi la ciëk a läth guath coni dɛ a kän kɛ ni jek kɛnɛ wut. Ba jɛ dhil läth kɛ guath mi ci tuɔk ni guath tɛckä. La te guath in ca lath thin kɛ kɔr tɛɔc kä kɛ thani bäkɛl ba jɛ kuɛlɛ kam rar. Kubayni tɛtɛ la kɛn ɛ bä kɛ them ni ti göl kä ji duel wal gör kɛ yöö ba them in lot rɔ kɛ ji ŋac. Jɛn nɛmɛ gaŋɛ ruet män bä ɛ löŋ. Kä jɛn gaŋɛ thaa juath ni bä.

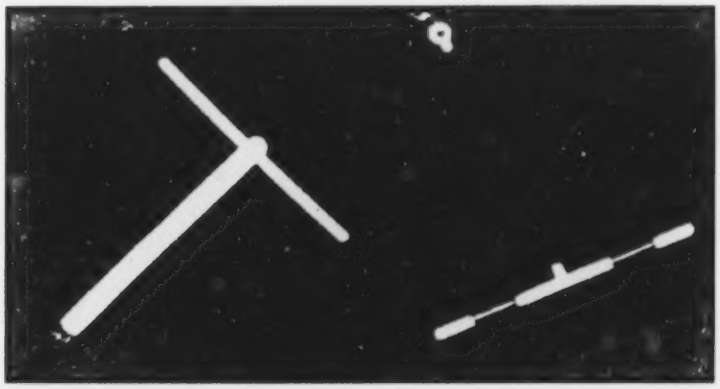
IUD (Intrauterine Device)

Spirala

Механическое внутриматочное противозачаточное средство

DIU (Dispositivo intrauterino)

IUD (Naclon mi̱ tɔt mi̱ ca riaḻ kä ɛ ji̱ duel kɛ kui män)



The IUD is a small plastic device which is inserted by the health care provider into the woman's uterus. It is effective in preventing pregnancy. The IUD does not prevent sexually transmitted diseases. It is not to be used if the woman has multiple sexual partners.

Spirala je mala plastična naprava koju u matericu ugradjuje medicinsko lice. Efikasno spriječava trudnoću. Spirala ne spriječava polne bolesti. Ukoliko žena ima odnose sa više različitih partnera, ovaj se metod zaštite ne preporučuje.

Механическое внутриматочное противозачаточное средство представляет собой изготовленное из пластика устройство, которое врач или медработник вставляют женщине в матку. Оно эффективно предупреждает беременность. Не предохраняет от заражения венерическими болезнями. Женщинам, у которых более одного партнера, не следует использовать такое устройство.

El DIU es un dispositivo pequeño de plástico el cual es introducido por un proveedor del servicio de salud en el útero de la mujer. Este método es efectivo en la prevención del embarazo. El DIU no previene enfermedades de transmisión sexual. Este método no debe ser usado si la mujer tiene varios compañeros sexuales.

IUD ɛ naclon mi̱ tɔt mi̱ ca riaḻ kä ɛ ji̱ duel wa̱l mi̱ la lath kɛ rɛi du2p coni̱ ciek. Kɛ yöö bɛ ruet ciëk gaŋ. IUD jɛn cɛ/juey mi̱ de ran käp gaŋ. Jɛn/ci̱ ciëk ɛ bi̱ la̱th mi̱ cɛ t2c kɛ wuni̱ ti̱ nyin ŋuan.

Natural Family Planning

Planiranje porodice prirodnim putem

Естественный способ предупреждения беременности

Planeación familiar natural

Ciaŋ in të thin in ci jɨ ceŋ ɛ rialɨ kä

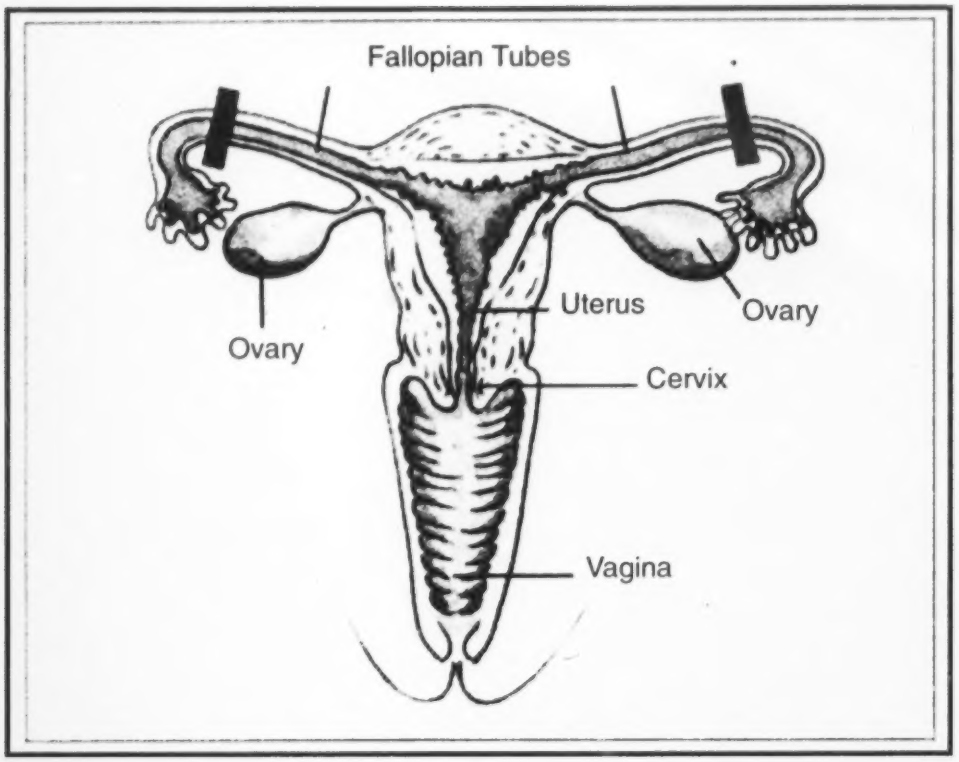
Natural family planning involves charting your menstrual cycle and detecting certain physical signs to determine when you are more likely to get pregnant. Consult with your health care provider for a careful explanation of this method.

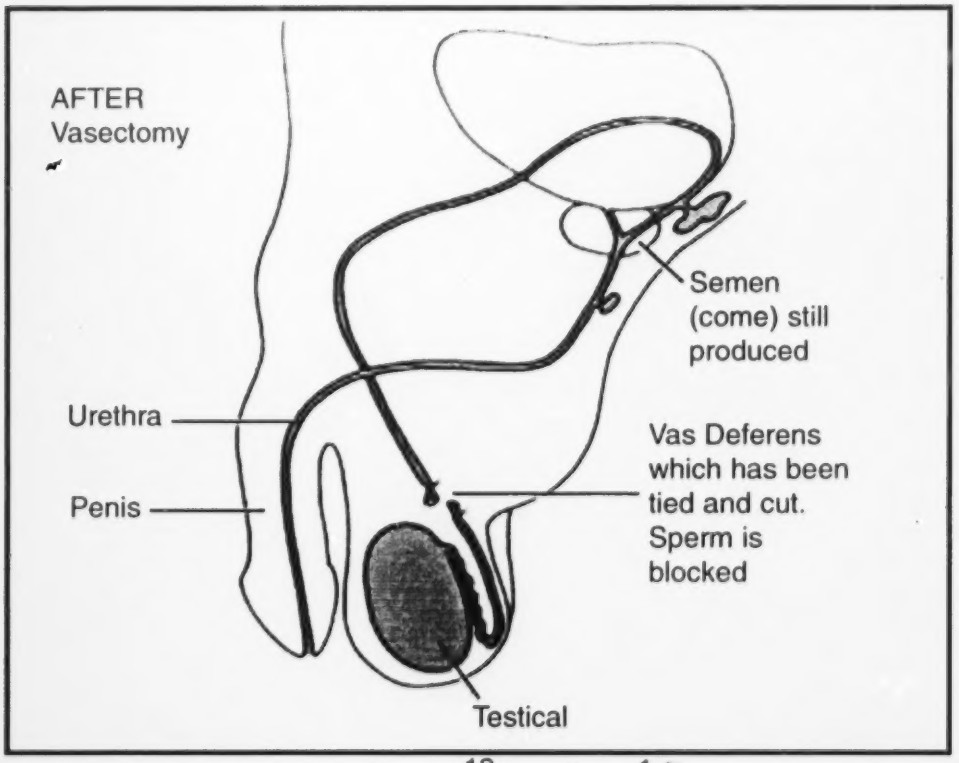
Kod planiranja porodice prirodnim putem, morate pažljivo pratiti i bilježiti svoj menstrualni ciklus da biste otkrili izvjesne fizičke pokazatelje i odredili kad je vjerovatnoća da zatrudnite veća. Konsultujte se sa medicinskim licem da vam pažljivije objasni ovaj metod.

Естественный способ предупреждения беременности заключается в составлении графика вашего менструального цикла и слежении за определенными физическими признаками, чтобы определить, когда особенно велика вероятность возникновения беременности. Посоветуйтесь с врачом или другим медработником, который даст вам детальное обьяснение этого способа.

La planeación familiar natural involucra una gráfica de su ciclo menstrual y la identificación de ciertos signos físicos para determinar cuando usted tiene más probabilidades de quedar embarazada. Consulte con su proveedor del servicio de salud para una cuidadosa explicación de este método.

Ciaŋ in të kɛ jɨ ceŋ te rɛidɛ kɛ ruacnɨ thek män tɨ ŋuan mɨ cɨ ciëk ku thiɑ kɛ ruet. Ruac nɨ kɛ jɨ duel wɑlu ɛ gɔa kɛ kuɨc kä nɛmɛ.


Fallopian Tubes
Ovary
Uterus
Ovary
Cervix
Vagina


AFTER
Vasectomy
Semen
(come) still
produced
Urethra
Vas Deferens
which has been
tied and cut.
Sperm is
blocked
Penis
Testical

Sterilization

Sterilizacija

Стерилизация

Esterilización

Ɛ jɛn bɛthkɔntöröl in cị guandɛ loc dapkä

Sterilization is usually a permanent form of birth control which involves a surgical procedure for either men or women. The procedure for a woman (tubal ligation) involves blocking the fallopian tubes to prevent the egg from passing through. The procedure for a man (vasectomy) involves blocking the vas deferans tubes preventing passage of sperm. This method is effective in preventing pregnancy but does not prevent sexually transmitted diseases.

Sterilizacija obično predstavlja trajni oblik zaštite od trudnoće za koji je neophodna hirurška procedura, bilo da je u pitanju muškarac ili žena. Kod žena, procedura (podvezivanje vodova) se sastoji u blokiranju jajovoda da bi se spriječio prolazak jajašca. Kod muškaraca, procedurom (koja se naziva vazektomija) se blokiraju vas deferans vodovi da bi se spriječio prolazak sperme. Ovaj metod efikasno spriječava trudnoću, ali ne i bolesti koje se prenose polnim putem.

Обычно стерилизация является перманентным способом предупреждения беременности и требует хирургической операции, которую можно сделать как мужчине, так и женщине. Операция для женщин связана с перевязыванием фаллопиевых труб, чтобы предупредить прохождение яйцеклетки в матку. Процедура для мужчин заключается в иссечении семявыводящих протоков, чтобы предупредить прохождение спермы. Этот способ эффективно предупреждает беременность, но не предохраняет от заражения венерическими болезнями.

La esterilización es usualmente una forma permanente de control de natalidad el cual involucra un procedimiento quirúrgico para cualquiera, puede ser el hombre o la mujer. El procedimiento para la mujer (Ligadura de trompas) implica el bloquear los tubos de falopio para prevenir que los óvulos pasen. El procedimiento para el hombre (Vasectomía) implica el bloquear los conductos deferentes previniendo el paso de los espermatozoides. Este método es eficaz en la prevención del embarazo pero no previene enfermedades de transmisión sexual.

(Sterilization) Jɛn bɛthkɔntöröl ɛ mị cị guan dɛ ɛ loc dapkä lɛ rɛidɛ ɛ te kɛ rët kä ciëk kiɛ kä wut. Kä ciëk la min la dieth wutkä rö wiạ tɔw thịn ɛ gakɛ. Kä wutnị la min lɛ dieth rɔdiɛn ɛ tok thịn ɛ gakɛ. Nɛmɛ gaŋɛ ruet kä jɛn cɛ/juey gaŋ.

Emergency Contraception (The Morning After Pill)

Kontracepcija u hitnim slučajevima (Pilula za slijedeće jutro)

Контрацепция в экстренных случаях (таблетка для приема утром на следующий день после полового сношения)

Anticoncepción de emergencia (La mañana despues de la píldora)

Tin la rɔdiɛn ɛ tok kɛ ruɔp (kɛ kɔr kä mi cị wal math kɛ run waŋ)

Emergency contraception involves taking higher doses of particular birth control pills in order to prevent pregnancy. These must be taken no later than 72 hours (3 days) after unprotected sex or when a birth control method may have failed. This is an emergency method only; it is not a routine birth control method. There must have been only one episode of unprotected sex since the last menstrual period. Your health care provider needs to prescribe this method when it is needed.

Kontracepcija u hitnim slučajevima sastoji se od uzimanja velikih doza odredjenih kontraceptivnih pilula da bi se spriječila trudnoća. Ovaj metod koristi se ne kasnije od 72 sata (tri dana) nakon polnog odnosa bez zaštite od trudnoće, ili kad metod koji se koristio nije uspješno djelovao. Ovo je metod koji se koristi isključivo u hitnim slučajevima, i ne predstavlja rutinski metod zaštite od trudnoće. Upotrebljava se u slučajevima kad je došlo do jedne epizode polnog odnosa bez zaštite od trudnoće u periodu od posljednje menstruacije. Medicinsko lice prepisaće vam ovaj metod ukoliko je to potrebno.

Контрацепция в экстренных случаях состоит в приеме более высоких доз определенных таблеток, предупреждающих беременность. Их необходимо принять не более чем через 72 часа (три дня) после полового сношения или при неудачной контрацепции. Его можно использовать только в экстренных случаях, а не в качестве регулярного способа для предупреждения беременности. После последней менструации должен быть всего один случай полового сношения. В случае необходимости ваш врач или другой медработник должен дать рецепт для использования этого способа.

La anticoncepción de emergencia implica tomar altas dosis de una píldora anticonceptiva en particular en orden de prevenir el embarazo. Estas deberán tomarsen no más tarde que 72 horas (tres días) después de tener relaciones sexuales sin protección o cuando un método anticonceptivo falle. Esto es un método de emergencia únicamente; no es un método anticonceptivo de rutina. Debe haber tenido un solo episodio de sexo sin protección desde el ultimo periodo menstrual. Su proveedor del servicio de salud necesita prescribirle este método cuando sea necesario.

Kɛn tɔ la bä kɛ ruɔp tɔnị lɛ kɛn rɔdiɛn ɛ tok kɛ ɣöö mị cị math kɛ wal bɛthkɔntörölkä tị buɔm buɔm I kɛ ɣöö/cị bị kulɛ ruet. Tɨti ba kɛ dhil kạn kɛ guạth mj/cị thaanị tị 72 bị bäl (nin 3) kɛ kɔr kä mị kän wal rɔdiɛn lot kiɛ mị cị bɛthkɔntöröl wä thil mị luäŋɛ. Nɛmɛ la duŋ da tuɔk mị cɛ jek I tok kɛ rɔdɛ, jɛn/ciɛ bɛthkɔntöröl mị lot rɔdɛ. La dhila tuɔkɛ kä kɛl kɛ kɔr kä mị cị thëk in jɔak diɛk thuɔk. Jị duel wạlu de tin dial tin kën wä lɔcdu lat lɔc du mị görị jɛ.

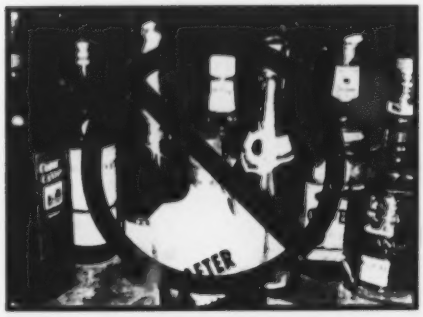
Women over the age of 18 years, or if they are sexually active should have an annual pap smear and physical examination. This is an important way to detect any early signs of health problems (i.e., cervical cancer) so they can be treated early.

Žene starije od 18 godina, ili žene koje su seksualno aktivne, trebalo bi da se podvrgnu Papanikolau testu jednom godišnje, kao i da odu na medicinski pregled. Ovo je veoma važno u otkrivanju ránih znakova koji ukazuju na zdravstvene probleme (kao npr. rak grlića materice), kako bi se mogli na vrijeme liječiti.

Женщины в возрасте старше 18 лет или ведущие активную половую жизнь должны ежегодно проходит осмотр у врача и делать влагалищный мазок для теста Папаниколау. Таким образом можно обнаружить ранние симптомы серьезных заболеваний (например, рак шейки матки) и приступить к немедленному лечению.

Las mujeres mayores de 18 años o sexualmente activas deberán tener la prueba de Papanicolaou cada año y un examen físico. Esto es una forma importante para detectar signos tempranos de problemas de salud (i.e., Cáncer cervical) y así poder tratarlos tempranamente.

Män tin cj/run kiɛn run 18 bäl, kiɛ mi ca tɔc luäŋ ɛ kɛn ba kɛ dhil ɛ thëmkɛ kɛ ruɔn. Nɛmɛ ɛ mi gɔa mi de kɛ gaŋ kɛ juey mi de tuɔk kä kɛ (cët kɛ juey in la cɔal kɛ thäbikɔl kënthɛr) kɛ yöö de jɛ cu mal lat.



If you decide you are ready to become pregnant, consult with your health care provider. Your health is very important to you and your unborn child, even before your pregnancy. It is important that your diet is balanced. Any medications you take (prescribed or over the counter) can affect your baby. Smoking and alcohol can have very bad effects on an unborn child.

Ukoliko odlučite da zatrudnite, konsultujte se sa medicinskim licem. Vaše zdravlje je od velike važnosti i za vas i za vaše nerodjeno dijete čak i prije trudnoće. Važno je da imate izbalansiranu ishranu. Lijekovi koje uzimate (na recept ili bez recepta) mogu da utiču na bebu. Pušenje i alkohol imaju izuzetno štetno dejstvo na nerodjeno dijete.

Если вы решили забеременеть, то посоветуйтесь об этом со своим врачом или другим медработником. Состояние вашего здоровья важно для вас и для будущего ребенка. Важно, чтобы ваша диета была хорошо сбалансирована. Любое принимаемое вами лекарство (по предписанию врача или продаваемое в аптеке без рецепта) может оказать влияние на ребенка. Очень серьезное отрицательное влияние на плод может оказать потребление алкоголя и курение.

Si usted decide que esta lista para quedar embarazada, consulte con su proveedor del servicio de salud, su salud es muy importante para usted y para el hijo que va a nacer, incluso antes del embarazo. Es importante que usted tenga una dieta balanceada. Cualquier medicamento que usted tome (prescrito o comprado sin receta medica) puede afectar al bebé. Fumar y tomar bebidas alcohólicas pueden tener un efecto negativo o malo en un niño que va a nacer.

Mi ci jɛ rialɨ kä I bi ku ruet, ruac nɨ kɛ ji duel walu. Jɨ duel walu gɔw kɛ ɛ lɔŋ kɛ ji yiɛnɛ gatdu min kenɨ nɨ dapɔ, cäŋ käni nɨ ruet bä. Ɛ mɨ gɔa ɛ lɔŋ bä ɛn yöö derɨ cam nɨ tɨ gör puɔny du kɛ. Wal dial tin maathɨ (ca kɛ gɔar ji ɛ kɨm kiɛ wɨ kɔk nɨ kɛ gölkä) de gatdu moc riɛk ɛ kɛn. Mäth tapkä kɛnɛ mäth kɔaŋ lɛ kɛn ɛ te kɛ juey mɨ jiäk puɔny gatkä mɨ kän nɨ dap.

The information provided here is only a brief summary of birth control options. It is very important that you discuss appropriate methods and their side effects with your health care provider.

Ove informacije predstavljaju kratak pregled metoda za spriječavanje trudnoće. Veoma je važno da o odgovarajućim metodima i njihovim popratnim posljedicama porazgovarate sa medicinskim licem.

Мы предоставили вам очень сжатый обзор способов предупреждения беременности. Совершенно необходимо, чтобы вы обсудили со своим врачом или медработником приемлемые для вас способы предупреждения беременности и их побочный эффект.

La información aquí proporcionada es únicamente un breve resumen sobre las opciones de control de la natalidad. Es muy importante que usted discuta apropiadamente estos métodos y sus efectos secundarios con su proveedor del servicio de salud.

Lärị dial tị ca lat ɛn guạth ɛmɛ kɛ lärị kɛ kuị bɛthkɔntörölị kä rɔdiɛn. Ɛ mị gɔa ɛ lọŋ ɛn ɣöö derị min gɔa thịn kɛnɛ min jiäk thịn lat yiɛnɛ jị duel wạlu a bɛ cop lɔcdu.

Written by
Anoka County
Community Health and Environmental Services

Developed in Partnership
With
Allina Health System
and
Multi-Cultural Educational Services

Funded By UCare Minnesota

Multi-Cultural Education Services
832 104th Lane NW
Coon Rapids, MN 55433
(612) 767-7786